

RAMOS; MARIA ANTONIA RIGOLETO DE <sup>1</sup>, COSTA; MARIA ANTONIA RAMOS <sup>2</sup>, LOURENÇO; MARIANA PISSIOLO LOURENÇO <sup>3</sup>

## RESUMO

**Introdução:** O projeto de extensão “Universidade aberta a pessoa idosa”, tem como objetivo criar espaços de aprendizagem e troca de experiências às pessoas idosas, proporcionando melhores hábitos de vida e garantindo um envelhecimento ativo e saudável. **Objetivo:** relatar a experiência do uso das redes sociais para o processo de educação em saúde para a pessoa idosa. **Metodologia:** Utilizou-se a pesquisa-ação que, por meio de oficinas de temas que abordam a melhoria das condições de vida e saúde dos idosos, detectou-se assuntos que necessitariam de maior disseminação entre esta população. Neste aspecto, foram confeccionados post com conteúdo retirados de sites do Ministério da saúde; Secretaria Estadual da Saúde e de artigos científicos, que são postados no Instagram da UNAPI, que propõe dicas de promoção da saúde e prevenção de agravos, como também os cuidados necessários com as comorbidades, contendo informações básicas sobre algumas enfermidades, como conceitos, sintomas, fatores de risco, modos de prevenção, tratamento e dicas de cuidados. Os mesmos são produzidos de forma descritiva e ilustrativa, de maneira simples e dinâmica, fazendo com que as pessoas idosas consigam ter uma melhor compreensão. Os posts são confeccionados por professores e alunos participantes do projeto de extensão, sendo publicado uma vez na semana. **Resultados:** Espera-se que as publicações nas redes sociais, alcance as pessoas idosas, levando-as conhecimento e aprendizagem sobre diferentes temas dentro da área da saúde, e assim fazendo com que tenham uma melhor qualidade de vida, garantindo um processo de envelhecimento ativo e saudável. **Conclusão:** As redes sociais podem se tornar uma grande parceira para disseminação de orientações para a melhoria da qualidade de vida e do processo de envelhecimento para a pessoas idosa, tornando-se uma estratégia rápida e segura para repassar informações sérias e necessárias para este público, com intuito de oferecer informações para aquisição de melhores hábitos de vida, garantindo um envelhecimento ativo e saudável.

**PALAVRAS-CHAVE:** Redes Sociais, Educação, Saúde, Idosos

<sup>1</sup> UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PARANÁ, antoniariamosrigoleto@gmail.com

<sup>2</sup> UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PARANÁ, MARIA.COSTA@UNESPAR.EDU.BR

<sup>3</sup> UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PARANÁ, MARIANAPISSIOLOLOURENCO@GMAIL.COM